

さわやかクラブ 令和6年5月 月間予定表

春本番の気候で、日に日に暖かさが増す季節となりました。

服装や空調などを上手に活用しながら、身体に負担を掛けない様
ご自身の体調に配慮しながら、元気な毎日を送りましょう！

火曜会(公民館)

火	午前10:00～11:30	備考	当番: D班のみなさん
7	グラウンドゴルフ	中央台公共用地 雨天時は室内(研修室)	
14	リハビリ体操・レクリエーション	研修室	
21	 バス外出 	千葉県立房総のむら 10:00～15:30	
28	リハビリ体操・レクリエーション	研修室	

水曜会(隣保館)

水	午前10:00～11:30	備考	当番: D班のみなさん
1	リハビリ体操・レクリエーション		
8	グラウンドゴルフ	雨天時は隣保館	
15	リハビリ体操・レクリエーション		
22	 バス外出 	千葉県立房総のむら 10:00～15:30	
29	リハビリ体操・レクリエーション		

金曜会(隣保館)

金	午前10:00～11:30	備考	当番: B班のみなさん
3	 憲法記念日 	休講日	
10	グラウンドゴルフ	雨天時は隣保館	
17	リハビリ体操・レクリエーション		
24	 バス外出 	千葉県立房総のむら 10:00～15:30	
31	リハビリ体操・レクリエーション		

生きがいデイサービス事業【さわやかクラブ】の目標

介護認定を受けていない60歳以上の方の介護予防及び【さわやかクラブ】で学んだ知識や技術を参加者が主体となって、町内の各地域で介護予防の普及活動をする事ができるように隣保館及び公民館を会場に行っています。

【ご案内】 

ご自宅での検温を忘れずをお願いします。各会場でも検温しますが

37度以上の発熱及び倦怠感、咳、咽頭痛、頭痛、腹痛等の体調不良がある場合はお休み下さい。

また、マスクは不織布マスク(紙マスク)の着用をお願いします。

※館内でお食事は出来ませんが水分補給は可能です。飲料は各自でご用意下さい。